

Liebe Leserin, lieber Leser,

mit dem Newsletter 3-2015 geben wir Ihnen einen Rückblick auf bereits durchgeführte Veranstaltungen und weisen auf die bevorstehenden Termine hin. Außerdem stellen wir Ihnen Neues aus dem Ernährungsbereich vor.

Hinweis:

Wenn Sie den Newsletter zukünftig nicht erhalten möchten, senden Sie uns bitte ein E-Mail mit dem Stichwort „**Newsletter abbestellen**“.

Die Ausgaben des Newsletters finden Sie auch auf den jeweiligen Internetseiten.

Mit freundlichen Grüßen

Ihre DGE-Sektion Mecklenburg-Vorpommern

Ihre DGE Vernetzungsstelle Kita- und Schulverpflegung in Mecklenburg-Vorpommern

Das dieser Veröffentlichung zugrunde liegende Projekt wird mit Mitteln des Bundesministeriums für Ernährung, Landwirtschaft (BMEL), des Ministerium für Landwirtschaft, Umwelt und Verbraucherschutz MV und des Ministerium für Arbeit, Gleichstellung und Soziales gefördert.

DGE-Sektion Mecklenburg-Vorpommern/ DGE-Vernetzungsstelle Kita- und Schulverpflegung in MV

[Rückblick](#) | [Infos](#) | [Veranstaltungsvorschau](#) | [Zum Nachlesen](#)

Rückblick

Fachtag „Das 1x1 der Kinderernährung“ (07. September)



Der Fachtag zur Kinderernährung und zur Umsetzung des DGE-Qualitätsstandards wurde in Schwerin bereits zum zweiten Mal durchgeführt. Die Vorträge zu den Grundlagen der Kinderernährung, zur praktischen Umsetzung der Vollverpflegung in den Kitas und zur sinnlichen Wahrnehmung fanden bei den TeilnehmerInnen großen Anklang. Weitere Themen waren die häufigsten Nahrungsmittelallergien und die Kennzeichnungspflicht in der Gemeinschaftsverpflegung. Im Fazit ließ sich feststellen, dass dem pädagogischen Fachpersonal sowie den Caterern und den Hauswirtschaftskräften eine wichtige Aufgabe bei der Herausbildung von Geschmacks- und Handlungsmustern der Kinder zukommt. Auf Grund der großen Nachfrage wird die Veranstaltung voraussichtlich im 1. Quartal 2016 in Neubrandenburg erneut angeboten. Die Fachtage sind Kooperationsveranstaltungen der DGE-Sektion und der Vernetzungsstelle Kitaverpflegung.

25. Fachausstellung für Landwirtschaft und Ernährung, Fischwirtschaft, Forst , Jagd und Gartenbau (MeLA in Mühlengiez. 10.-13. September)



Die MeLa ist die traditionsreichste Fachausstellung in MV. Die DGE-Sektion und DGE-Vernetzungsstelle Kita- und Schulverpflegung war an vier Messetagen mit einem eigenen Stand vertreten. Hier wurden Fragen zur Ernährung und Gemeinschaftsverpflegung beantwortet sowie Info-Materialien herausgegeben. In diesem Jahr wurden die Besucher mit kleinen Aktionen in das Reich der Sinne entführt. Verschiedene Geruchsproben mussten erkannt und zugeordnet werden, wobei sich zeigte, dass starke Aromen, wie Vanille und Pfefferminze leichter zuzuordnen waren als Küchengewürze wie Kümmel. Am schwierigsten war die Zuordnung künstlicher Aromen wie Erdbeeraroma, das lediglich als typischer Kaugummigeschmack erkannt wurde. Die Gespräche führten dann auch zu den Themenfeldern Gemeinschaftsverpflegung und Ernährungsaufklärung. Außerdem wurde die Aktionsfläche gemeinsam mit der Verbraucherzentrale MV für Kurzvorträge, Wissenstests und Aktionen für Schülerinnen und Schüler genutzt.

Seminar: Die Bedeutung des Ernährungsmanagements in der Behandlung von Essstörungen (17. September)



Am 17. September 2015 fand an in der Zeit von 10:00-17:00 Uhr das Seminar: „Die Bedeutung des Ernährungsmanagements in der Behandlung von Essstörungen“ statt.

Das Ernährungsmanagement ist ein komplexer Bereich, bestehend aus therapeutischer Tischbegleitung, „Ruheraum“, Essprotokolle, Gewichtsvereinbarungen, Wiegen und Lehrküche mit dem Therapieziel, ein angemessenes Essverhalten wieder aufzubauen. Die

Referentin Dr. Sylvia Beisel, leitende Psychologin der Salus Klinik Lindow, stellte praxisnah und mit vielen Fallbeispielen vor, wie z.B. Vereinbarungen von Essmengen geschlossen werden, welche Aufgaben der Therapeut am Mahlzeitentisch hat, wie ein Essprotokoll ausgewertet wird oder wie ein Expositionstraining in Küche verlaufen kann.

Die 22 Seminarteilnehmer bekamen einen umfassenden Eindruck aus der Praxis und nutzten die Gelegenheit Fallbeispiele vorzustellen, die dann in der Seminargruppe besprochen wurden.

18. Ernährungsfachtagung der DGE-Sektion MV: „Alarm im Darm – Das Mikrobiom im Fokus der Ernährungstherapie“ (29. September)



Am 29.09.2015 fand im Schweriner Schloss die 18. Ernährungsfachtagung der DGE-Sektion MV statt. Im Fokus der Veranstaltung stand der Darm bzw. das Mikrobiom, das aus ca. 100 Billionen Bakterien und davon 1000 unterschiedlichen Bakterienarten besteht. Aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse zu dem Einfluss des Mikrobioms auf die Gesundheit sowie der Einsatz von Probiotika in der Prävention und Therapie wurden den 140 Teilnehmern vorgestellt.

Nicht nur Fehlbesiedlungen von Bakterien können Beschwerden im Darm auslösen, sondern auch fehlende Transportmechanismen. Pauschale Diäten wie Milch weglassen, Früchte meiden oder auf Getreideprodukte zu verzichten, sind keine sinnführende Lösung.

Bei Patienten mit Bauchschmerzen und Durchfall ist es besonders wichtig, die Ursache dieser Probleme herauszufinden und gemeinsam mit einer Diätassistentin die Ernährungsweise anzupassen. Erstaunlicher Weise wurde herausgestellt, dass ein großer Teil der Patienten mit Bauchschmerzen unter einer Fructosemalabsorption leidet. Diagnostiziert wird diese mittels eines H₂-Atemtests bzw. mit einer speziellen Diät. Ein Hinweis auf eine Unverträglichkeit ist schon der Anstieg der Wasserstoffmenge um 10 ppm in der Ausatemluft des Patienten beim H₂-Atemtest. Die bisherige Annahme dass eine Fructosemalabsorption nur vorliegt, wenn der Atemtest von 20 ppm auf 40 ppm steigt, wurde auf der Fachtagung widerlegt. Mehr zu diesem Thema finden Sie demnächst unter: www.dge-mv.de.

Gegessen wird was auf den Tisch kommt? (Juni, Juli, Oktober)



Essensqualität ist eines der zentralen Themen in der Diskussion zur Kita-Vollverpflegung. Die Verwendung frischer und regionaler Produkte, ausgewogene Nährstoffe und die Zubereitung der Speisen möglichst kurz vor dem Verzehr sind Qualitätskriterien, die immer wieder zu kontroversen Diskussionen führen. Vor allem bei der Frage: Was ist eine gute Qualität? konnte die Vernetzungsstelle Kitaverpflegung im Rahmen der Veranstaltungsreihe über die Umsetzung des DGE-Standards berichten und gemeinsam mit den Teilnehmern über die Umsetzung der Vollverpflegung in Mecklenburg-Vorpommern diskutieren. Orte der Foren war Rostock, Schwerin, Stralsund und Neubrandenburg.

Lehrergesundheitstag in Parchim (01. Oktober.)

Auf dem dritten Lehrergesundheitstag in Parchim informierte die Vernetzungsstelle Schulverpflegung auf dem „Markt der Möglichkeiten“ u. a. über ihre Beratungsangebote zur Schulverpflegung, den „DGE-Qualitätsstandard für die Schulverpflegung“ und zu Beispielen der Ernährungsbildung in Schulen. Organisiert wurde der Fortbildungstag von der Landesvereinigung für Gesundheitsförderung MV e. V. (LVG) in Kooperation mit den Beratungslehrerinnen für Gesundheitsförderung und Prävention des Schulamtes Schwerin. Weitere Infos zur LVG unter www.gesundheitsfoerderung-mv.de

INFOS

Biobrotbox 2015



Die Brotboxen wurden im September an verschiedenen Standorten z. B. mit Trockenfrüchten, Tees, Müsli und Sojadrinks gefüllt. Außerdem gab es nach Anzahl der Schülerinnen und Schüler Brötchen, Milchprodukte, Fruchtaufstriche, Äpfel und Möhren. Sie wurden in diesem Jahr an 88 teilnehmende Schulen im Land verteilt. Die Zahl der Schüler ist mit 5.300 mehr als doppelt so hoch wie noch 2012. Das Projekt wird von vielen Unternehmen und Verbänden in Mecklenburg-Vorpommern

unterstützt. Die Vernetzungsstelle Kita- und Schulverpflegung und DGE-Sektion halfen bei der Packaktion in Schwerin.

Bundeswettbewerb „Zu gut für die Tonne“ - Preis für Engagement gegen Lebensmittelverschwendung



Lebensmittelverschwendung geht alle an. Denn jährlich werden in Deutschland rund elf Millionen Tonnen Lebensmittel von Industrie, Großverbrauchern, Handel und Privathaushalten weggeworfen. Die Initiative Zu gut für die Tonne! des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) engagiert sich selbst seit 2012 gegen Lebensmittelverschwendung und ruft nun zu einem bundesweiten Wettbewerb auf. Das BMEL möchte Ideen und

Projekte kennenlernen und besondere Leistungen gegen Lebensmittelverschwendung auszeichnen mit dem **„Zu gut für die Tonne! – Bundespreis für Engagement gegen Lebensmittelverschwendung“**.

Ausgezeichnet werden Projekte aus den unterschiedlichsten Bereichen entlang der gesamten Produktionskette bis hin zur Verwertung der Lebensmittel in Gastronomie und Privathaushalten. Der Wettbewerb ist offen für ein breites Bewerberfeld: Sowohl die Gastronomie, Unternehmen und Privatpersonen als auch NGOs und Initiativen können mitmachen. Bewerbungen und weitere Informationen, wie das Teilnahmeformular erhalten Sie unter nachfolgendem Link. www.zugutfuerdietonne.de/bundespreis. Die Teilnahme ist noch bis zum 31.10.2015 möglich.

Tag der Schulverpflegung 2015



Die bundesweiten Tage der Schulverpflegung sind mittlerweile schon Tradition: Bereits zum 5. Mal ruft das Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft dazu auf, das Thema Schulverpflegung einen Tag lang in den Mittelpunkt des Schullebens und in den Fokus der Öffentlichkeit zu stellen. In diesem Jahr unter dem Motto *„Mensa macht Schule – besser essen mit IN FORM“*.

In MV dreht sich am 14. Oktober alles um das Thema **„Qualität in der Schulverpflegung“**. Schulen und Speisenanbieter sind eingeladen, sich mit der Verpflegungsqualität an Ihrer Schule auseinander zu setzen. Dafür wurde wieder ein umfangreiches Angebot auf der Internetseite <http://dgevesch-mv.de/index.php?id=45> zusammengestellt.

Speisenplancheck - kostenfreie Auswertung Ihrer Speisenpläne

Der „DGE-Qualitätsstandard für die Schulverpflegung“ gibt bundesweit einheitliche Empfehlungen für eine gesundheitsfördernde Schulverpflegung und für die schulischen Rahmenbedingungen. Er definiert Lebensmittelqualitäten und gibt vor, wie häufig bestimmte Lebensmittel auf dem Speisenplan stehen sollen.

Wenn Sie wissen möchten, in wie weit Ihr Verpflegungsangebot den Empfehlungen des DGE-Qualitätsstandards entspricht, nutzen Sie unseren kostenfreien Service zum Tag der Schulverpflegung. Dazu müssen Sie lediglich bis zum 14. Oktober einen 4-Wochen-Speisenplan an die Vernetzungsstelle senden. Weitere Informationen sowie das Anmeldeformular finden Sie unter nachfolgendem Link:

<http://dgevesch-mv.de/index.php?id=62>

Wettbewerb „V. i. P. – Verpflegung in der Pause



Zum vierten Mal wird der Wettbewerb der Vernetzungsstelle Schulverpflegung und es Ministeriums für Landwirtschaft, Umwelt und Verbraucherschutz ausgeschrieben. In diesem Jahr werden die besten Aktionen rund um die „Apfelkiste“ innerhalb des Landesernährungsprogramms gesucht. (www.schulobst-mv.de) Reichen Sie dazu bis zum 23.10.2015 ihre

Projektideen, Konzepte oder Aktionen bei der Vernetzungsstelle Schulverpflegung ein. Wir belohnen die besten Ideen mit Geld- und Sachpreisen. Insgesamt stehen für den Wettbewerb 2.000 € zur Verfügung.

Weitere Informationen zum Wettbewerb finden Sie unter

[http://dgevesch-mv.de/index.php?id=16&tx_ttnews\[tt_news\]=263&cHash=ae834f7c21263861bdbe785bfda15699](http://dgevesch-mv.de/index.php?id=16&tx_ttnews[tt_news]=263&cHash=ae834f7c21263861bdbe785bfda15699)

Veranstaltungsvorschau

„Qualität in aller Munde“ 6. Aktionstag Kita- und Schulverpflegung in MV (9. November in Rostock)



Die Teilnahme am Aktionstag ist für viele bereits ein fester Bestandteil in der Jahresplanung. Unter dem Motto „Qualität in aller Munde“ lädt die Vernetzungsstelle Kita- und Schulverpflegung erneut alle Interessierten ein. Das vielfältige Vortragsprogramm, gibt Anregungen und stellt Praxisbeispiele für eine ausgewogenen Verpflegung in Kita und Schule vor. Anmeldungen sind noch bis

zum 23.10. möglich.

Die GastRo, die den Rahmen der Fachtagung bietet, ist der Branchentreff Nummer 1 im Nordosten Deutschlands und zeigt eine großer Produkt- und Themenvielfalt. Auf 10.600 m² Ausstellungsfläche erwarten die Veranstalter im November 2015 über 13.000 Besucher, die sich bei mehr als 250 Ausstellern über Angebote im Food- und Non-Food Bereich informieren können. <http://www.messe-und-stadhalle.de/messen/gastro.html>

Nähere Informationen zur Veranstaltung sowie das Anmeldeformular finden Sie hier:

<http://dgevesch->

[mv.de/index.php?id=16&tx_ttnews\[tt_news\]=256&cHash=0d093bff767d17e18f0ace0424aad5ff](http://www.dgevesch-mv.de/index.php?id=16&tx_ttnews[tt_news]=256&cHash=0d093bff767d17e18f0ace0424aad5ff)

Programm-Download unter:

http://www.dgevesch-mv.de/fileadmin/inhalte/GastRo/Programm_gastro_15_final.pdf

Kleiner Kindertag on Tour (14. November in Parchim)

Der Kindertag wird organisiert von der Landesvereinigung für Gesundheitsförderung MV (LVG) und findet im Friedrich-Franz-Gymnasium in Parchim statt. An dem Weiterbildungstag für Erzieherinnen – mit Vorträgen, Arbeitsgruppen und einem „Markt der Möglichkeiten“ ist auch die Vernetzungsstelle Kitaverpflegung mit einem Info-Stand vertreten. Infos zum Tag erhalten Sie unter: <http://www.gesundheitsfoerderung-mv.de/aktuelles/>

Workshop „Allergene richtig managen“ (17. November in Schwerin)

Seit dem 13. Dezember 2014 gilt im Rahmen der Lebensmittelinformationsverordnung (LMIV) eine verbindliche Kennzeichnungspflicht für 14 Hauptallergene bei nicht verpackten Speisen. Hierunter fallen auch alle Speisen, die im Rahmen der Kita- und Schulverpflegung ausgegeben werden. Die Umsetzung der LMIV stellt für die Verantwortlichen in der eine große Herausforderung dar. Um Unsicherheiten zu beseitigen und Fragen zu beantworten führt die Vernetzungsstelle Kita- und Schulverpflegung am 17.11. einen Workshop für Caterer, Köche, Hauswirtschaftskräfte, Küchenleiter und Verantwortliche bei der Zubereitung von Kita- und Schulverpflegung durch. Weitere Informationen finden Sie ab 12.10. unter Veranstaltungen auf unserer Internetseite. www.dgevesch-mv.de

Fachkräfteseminar: Für jedes Kind das richtige Rezept (21. November in Berlin)



Die Umsetzung des "DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder" steht im Vordergrund dieses 1-tägigen Seminars. Es richtet an alle, die mit der Verpflegung in Kindertageseinrichtungen zu tun haben und bei der Speisenplanung

beteiligt sind. Neben der Wissensauffrischung zu Nährstoffen und den Besonderheiten der Kinderernährung, wird gemeinsam ein Vierwochenspeisenplan nach den Kriterien des DGE-Qualitätsstandards erstellt. Auch die Ernährungsbildung und das Ernährungsverhalten von Kindern wird thematisiert und die Teilnehmenden haben genug Zeit zum fachlichen Austausch.

Weitere Informationen zum Seminar finden Sie unter folgendem Link <http://www.fitkid-aktion.de/aktuelles/termine/termine-detail/article/neu-seminar-fuer-jedes-kind-das-richtige-rezepte-umsetzung-des-dge-qualitaetsstandard-fuer-die-v-6.html>

Zum Nachlesen

Essen und Trinken bei Lactoseintoleranz



Wenn nach dem Genuss von Milch und Milchprodukten Beschwerden wie Diarrhö und Blähungen auftreten, kann eine Lactoseintoleranz (Milchzuckerunverträglichkeit) vorliegen. Nicht immer muss ein Verzicht auf diese Produkte die Konsequenz sein. Ausgehend von Hintergrundinformationen zum Krankheitsbild und der Diagnostik zeigt die Infothek, wie mit Hilfe einer Ernährungsumstellung die Beschwerden schnell und langfristig reduziert werden können. Tipps für die praktische Umsetzung, Lebensmitteltabellen sowie Adressen von Ernährungsfachkräften und zur weiterführenden Information runden die Broschüre ab. www.dge-medienervice.de.

Essen und Trinken bei Fructosemalabsorption



Kommt es nach dem Verzehr von Obst und Obsterzeugnissen zu Beschwerden wie Diarrhö und Blähungen, kann eine Fructosemalabsorption vorliegen, d. h. eine Unverträglichkeit gegenüber Fruchtzucker.

In diesem Ratgeber finden Betroffene wichtige Hintergrundinformationen zur Fructosemalabsorption und wie mithilfe einer 3-phasigen Ernährungsumstellung die Beschwerden schnell und langfristig reduziert werden können. Tipps für die praktische Umsetzung, Lebensmitteltabellen sowie Adressen von Ernährungsfachkräften und weiteren Informationsstellen runden den Ratgeber ab. www.dge-medienervice.de

Impressum:

Team der DGE-Sektion Mecklenburg-Vorpommern:

Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V. Sektion Mecklenburg-Vorpommern
Am Grünen Tal 50
19063 Schwerin
Tel.:0385/5213455

Geschäftsstelle
Gesine Roß (Leitung)
E-Mail: ross@dge-mv.de
Sina Heinrichs
E-Mail: heinrichs@dge-mv.de

Team der Vernetzungsstelle Kita- und Schulverpflegung:

Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE)
Vernetzungsstelle Kita- und Schulverpflegung in MV
Am Grünen Tal 50
19063 Schwerin

Roswitha Bley
Projektleitung Kitaverpflegung
Telefon: 0385/20 25 216
Fax: 0385/20 23 891
E-Mail: roswitha.bley@dgeveki-mv.de

Meike Halbrügge
Projektleitung Schulverpflegung
Telefon: 0385/20 25 218
Fax: 0385/20 23 891
E-Mail: meike.halbruegge@dgevesch-mv.de